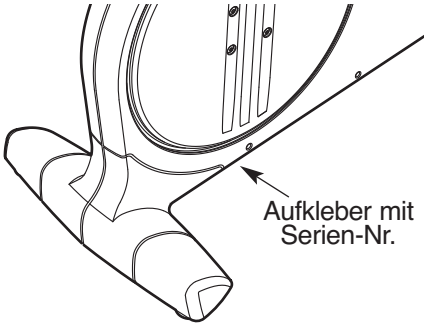
PRO-FORM®
280 RAZOR

Modell-Nr. PFEVEL73008.0
Serien-Nr._____

Schreiben Sie die Seriennummer in den oben dafür freigehaltenen Platz, falls sie in Zukunft gebraucht werden sollte.



FRAGEN?

Als Hersteller verpflichten wir uns zur vollkommenen Zufriedenstellung unserer Kunden. Falls Sie irgendwelche Fragen haben oder falls Teile fehlen, rufen Sie bitte an.

01805 231 244

Unsere Bürozeiten sind von 10.00 bis 15.00 Uhr.

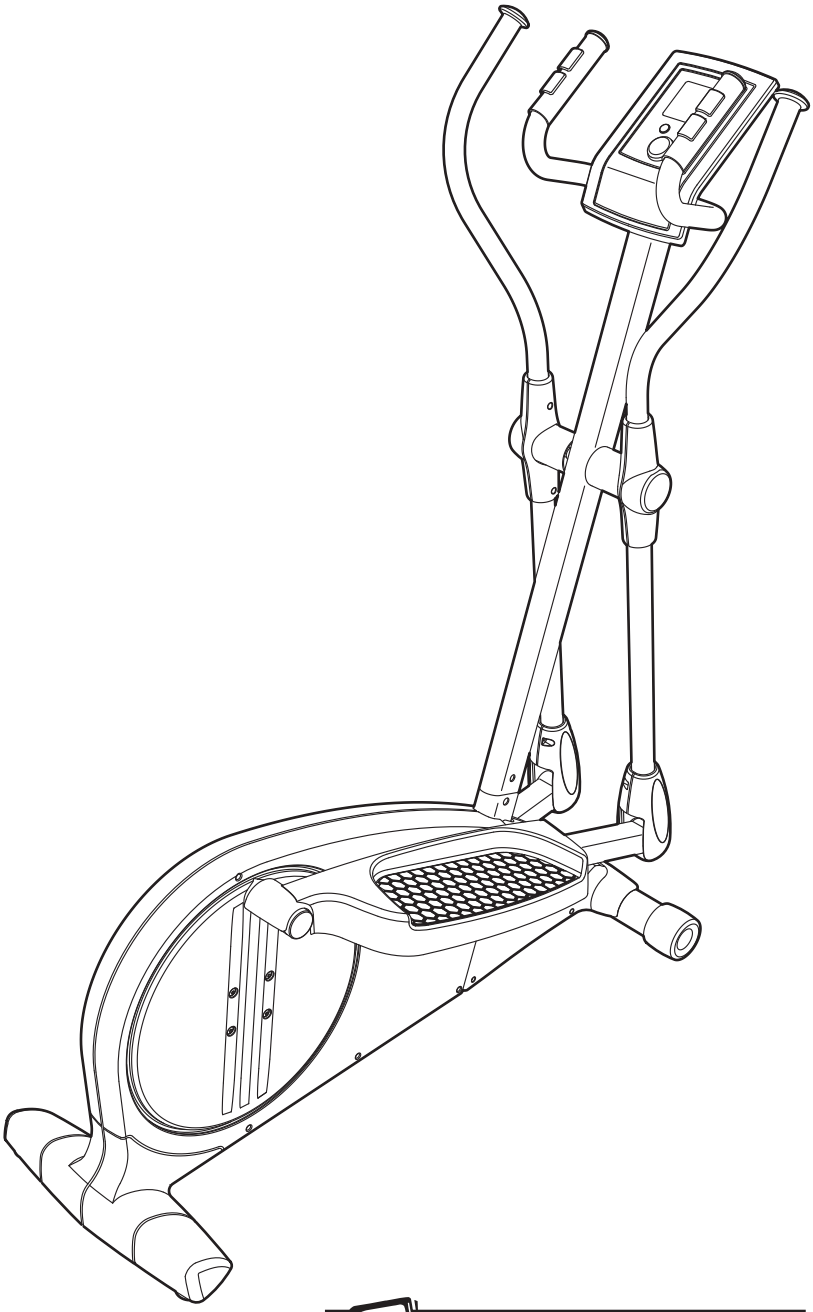
E-mail:
csgermany@iconeurope.com

Unsere Website:
www.iconsupport.eu

⚠ VORSICHT

Lesen Sie bitte aufmerksam alle Anleitungen, bevor Sie dieses Gerät in Betrieb nehmen. Heben Sie diese Anleitung für späteren Gebrauch auf.

BEDIENUNGSANLEITUNG



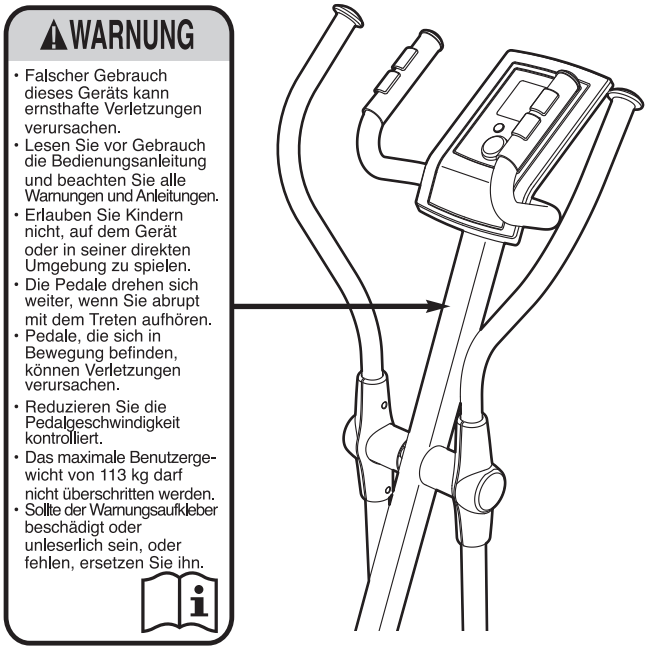
Unsere Website:
www.iconeurope.com

INHALTSVERZEICHNIS

WARNUNGSAUFKLEBER ANBRINGEN 2
WICHTIGE VORSICHTSMAßNAHMEN 3
BEVOR SIE ANFANGEN 4
MONTAGE 5
BENUTZUNG DES ELLIPSENTRAINERS 13
WARTUNG UND FEHLERSUCHE 20
TRAININGSRICHTLINIEN 21
TEILELISTE 24
DETAILZEICHNUNG 26
BESTELLUNG VON ERSATZTEILEN . . . . . .Rückseite

WARNUNGSAUFKLEBER ANBRINGEN

Die hier abgebildeten Warnungsaufkleber wurden an den angezeigten Stellen angebracht. **Sollte ein Aufkleber fehlen oder unlesbar sein, rufen Sie die Telefonnummer auf der Vorderseite der Bedienungsanleitung an und fordern Sie einen kostenlosen Ersatzaufkleber an. Geben Sie den Aufkleber dann an die angezeigte Stelle.** Anmerkung: Die Aufkleber sind nicht unbedingt in wahrer Größe abgebildet.


WARNUNG
• Falscher Gebrauch dieses Geräts kann ernsthafte Verletzungen verursachen.
• Lesen Sie vor Gebrauch die Bedienungsanleitung und beachten Sie alle Warnungen und Anleitungen.
• Erlauben Sie Kindern nicht, auf dem Gerät oder in seiner direkten Umgebung zu spielen.
• Die Pedale drehen sich weiter, wenn Sie abrupt mit dem Treten aufhören.
• Pedale, die sich in Bewegung befinden, können Verletzungen verursachen.
• Reduzieren Sie die Pedalgeschwindigkeit kontrolliert.
• Das maximale Benutzergewicht von 113 kg darf nicht überschritten werden.
• Sollte der Warnungsaufkleber beschädigt oder unleserlich sein, oder fehlen, ersetzen Sie ihn.

PROFORM ist ein eingetragenes Warenzeichen von ICON IP, Inc.

WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN

⚠ WARNUNG: Um eine gefährliche Verletzung zu vermeiden, lesen Sie bitte alle wichtigen Vorsorgemaßnahmen und Anleitungen in dieser Bedienungsanleitung und alle Warnungen, die auf dem Ellipsentrainer angebracht wurden, bevor Sie es benutzen. ICON übernimmt keine Verantwortung für persönliche Verletzungen oder Sachschäden, die durch Verwendung des Produktes oder am Produkt entstanden sind.

1. **Bevor Sie mit diesem oder irgendeinem anderen Trainingsprogramm beginnen, konsultieren Sie bitte zunächst Ihren Arzt. Dies ist besonders wichtig für diejenigen Personen, die über 35 Jahre alt sind oder gesundheitliche Probleme haben oder hatten.**

2. **Der Eigentümer ist dafür verantwortlich, dass alle Benutzer des Ellipsentrainers hinreichend über alle Vorsichtsmaßnahmen informiert sind.**

3. **Der Ellipsentrainer ist nur für den Hausgebrauch vorgesehen. Verwenden Sie ihn nicht in kommerziellem, verpachtetem oder institutionellem Rahmen.**

4. **Benutzen Sie den Ellipsentrainer nur im Haus und halten Sie ihn vor Feuchtigkeit und Staub fern. Stellen Sie den Ellipsentrainer auf eine ebene Fläche und zum Schutz des Bodens oder des Teppichs auf eine Unterlage. Achten Sie darauf, dass um den Ellipsentrainer herum ausreichend Platz zur Montage bzw. Demontage und zur Benutzung des Ellipsentrainers vorhanden ist.**

5. **Inspizieren Sie regelmäßig alle Teile und ziehen Sie sie, wenn notwendig, nach. Abgenutzte Teile müssen sofort ersetzt werden.**

6. **Kinder unter 12 Jahren und Haustiere müssen jederzeit vom Ellipsentrainer ferngehalten werden.**

7. **Der Ellipsentrainer sollte nur von Personen unter 113 kg Körpergewicht benutzt werden.**

8. **Tragen Sie immer angemessene Kleidung, während Sie auf dem Ellipsentrainer trainieren. Zum Schutz Ihrer Füße sollten Sie immer Sportschuhe tragen.**

9. **Halten Sie sich beim Auf- oder Absteigen oder während Sie auf dem Ellipsentrainer trainieren immer am Handgriffpulsmesser oder an den Haltestangen fest.**

10. **Halten Sie Ihren Rücken immer gerade, wenn Sie auf dem Ellipsentrainer trainieren; krümmen Sie Ihren Rücken nicht.**

11. **Die Pulsmesser sind keine medizinischen Instrumente. Die Pulsmesser sollen Ihnen nur als Trainingshilfe dienen, indem sie Ihre durchschnittliche Herzfrequenz angeben.**

12. **Wenn Sie mit dem Training fertig sind, lassen Sie die Pedale langsam auslaufen, bis sie sich nicht mehr bewegen.**

13. **Sollten Sie während des Trainings jemals Schmerz empfinden oder sollte Ihnen dabei schwindelig werden, beenden Sie das Training sofort und kühlen Sie ab.**

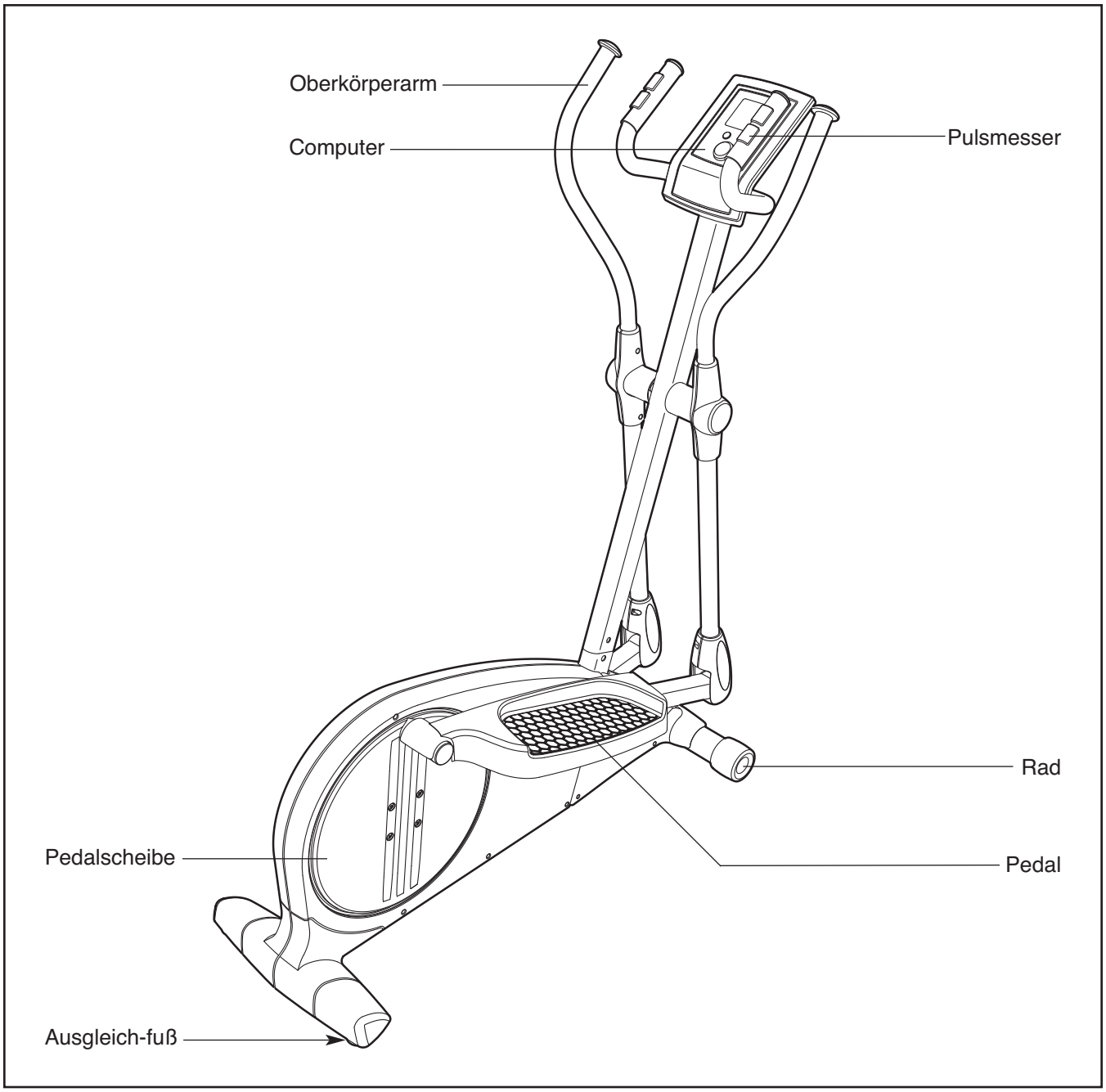
14. **Verwenden Sie Ihren Ellipsentrainer nur so, wie es in dieser Anleitung beschrieben wird.**

BEVOR SIE ANFANGEN

Wir möchten uns für Ihre Entscheidung zum Kauf des revolutionären, Ellipsentrainers PROFORM® 280 HR herzlich bedanken. Der 280 RAZOR Ellipsentrainer bietet eine große Anzahl an Funktionen an, welche Ihr Training zu Hause effektiver und angenehmer gestalten sollen.

Lesen Sie, bitte, zu Ihrem eigenen Vorteil diese Bedienungsanleitung genauestens durch, bevor Sie den Ellipsentrainer in Betrieb nehmen. Sollten Sie nach der Lektüre dieser Bedienungsanleitung noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte an die Kontaktnummer auf der Vorderseite der Anleitung. Damit wir Ihnen besser helfen können, notieren Sie bitte die Produkt-Modellnummer und die Seriennummer, bevor Sie uns anrufen. Auf der Vorderseite dieser Bedienungsanleitung finden Sie die Modellnummer und die Stelle, an der der Aufkleber mit der Seriennummer angebracht ist.

Bevor Sie weiterlesen, machen Sie sich bitte zuerst mit den Teilen, die in der Abbildung unten beschrieben sind, vertraut.

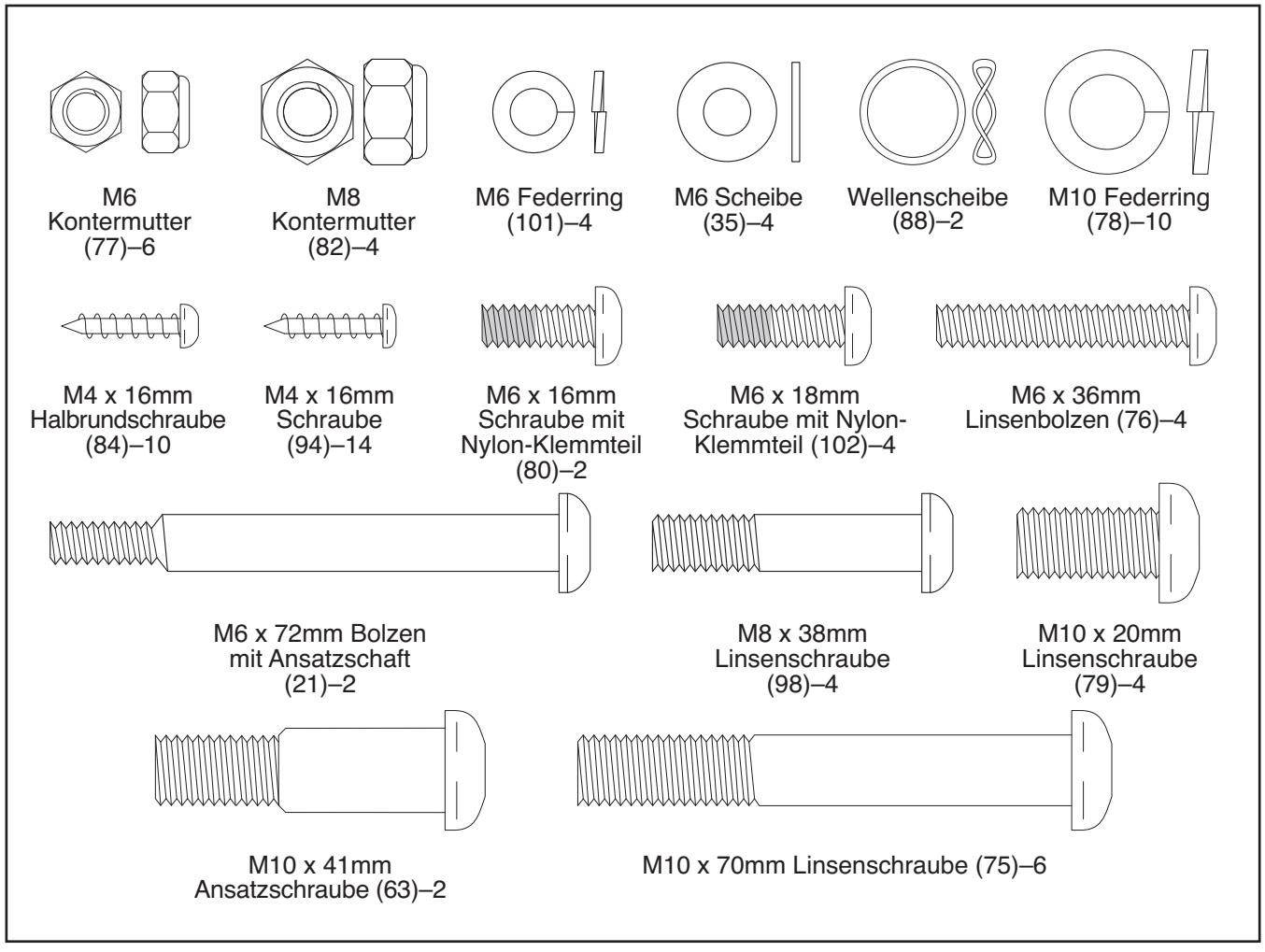


MONTAGE

Zur Montage braucht man zwei Personen. Legen Sie alle Teile des Ellipsentrainers auf einer dafür freigemachten Fläche aus und entfernen Sie alle Verpackungsmaterialien. Werfen Sie diese jedoch erst weg, wenn die Montage komplett fertiggestellt ist.

Zur Montage braucht man einen Kreuzschraubenzieher , eine verstellbare Schraubenschlüssel , und einen Gummihammer .

Während der Montage des Ellipsentrainers kann man die Abbildungen unten zur Identifizierung der kleinen Teile benutzen. Die Zahl in Klammern unter jeder Zeichnung bezieht sich auf die Bestellnummer in der teileliste gegen ende dieser Bedienungsanleitung. Die zweite Zahl bezieht sich auf die Stückzahl, die für die Montage gebraucht wird. **Anmerkung: Einige der kleineren Teile wurden schon in der Fabrik montiert. Sollte Sie ein Teil nicht im Teilebeutel finden, überprüfen Sie, ob es nicht schon an einem anderen Teil befestigt worden ist. Um die Plastikteile nicht zu beschädigen, verwenden Sie bei der Montage, bitte, keine elektrischen Werkzeuge.**

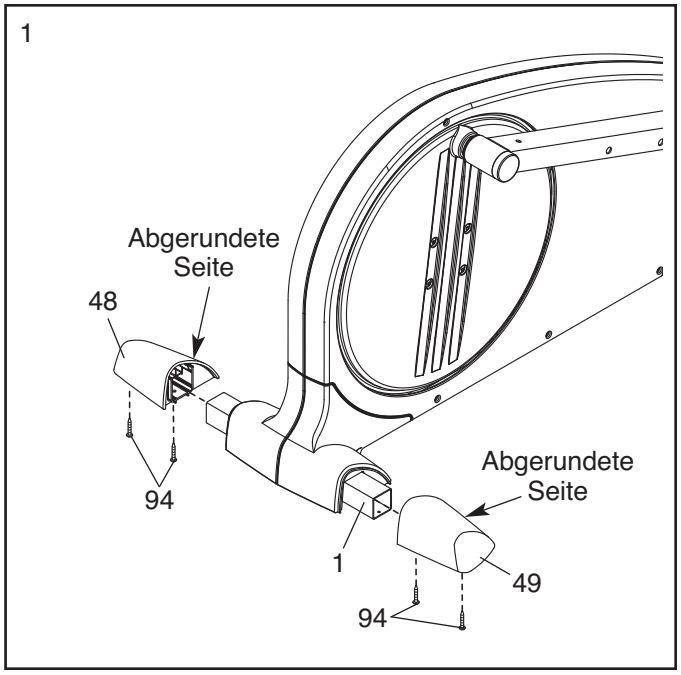

M6 Kontermutter (77)–6
M8 Kontermutter (82)–4
M6 Federring (101)–4
M6 Scheibe (35)–4
Wellenscheibe (88)–2
M10 Federring (78)–10
M4 x 16mm Halbrundschraube (84)–10
M4 x 16mm Schraube (94)–14
M6 x 16mm Schraube mit Nylon-Klemmteil (80)–2
M6 x 18mm Schraube mit Nylon-Klemmteil (102)–4
M6 x 36mm Linsenbolzen (76)–4
M6 x 72mm Bolzen mit Ansatzschaft (21)–2
M8 x 38mm Linsenschraube (98)–4
M10 x 20mm Linsenschraube (79)–4
M10 x 41mm Ansatzschraube (63)–2
M10 x 70mm Linsenschraube (75)–6

1. **Um die Montage zu vereinfachen, lesen Sie die Information auf Seite 5, bevor Sie mit der Montage des Ellipsentrainers beginnen.**

   Finden Sie die linke und die rechte Rahmenabdeckung (48, 49). Diese sind mit den Aufklebern „Links“ und „Rechts“Interior markiert (L oder Left bedeutet links; R oder Right bedeutet rechts).

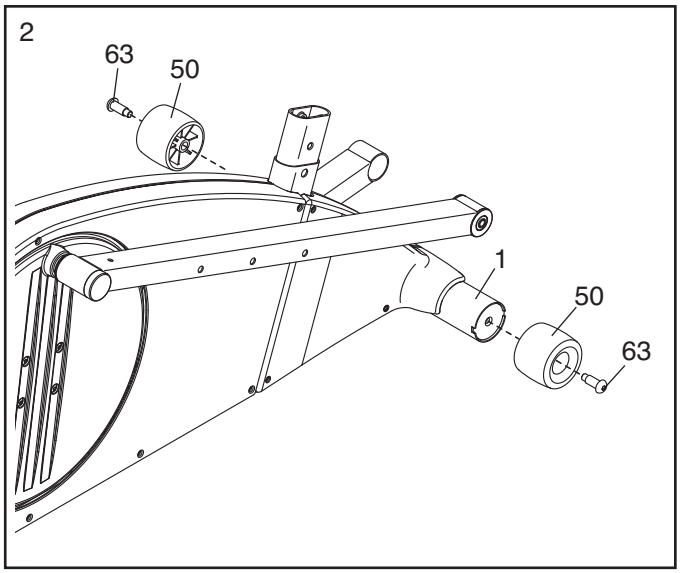
   Richten Sie die linke und die rechte Rahmenabdeckung (48, 49) so aus, dass sich die abgerundeten Seiten an den angedeuteten Stellen befinden.

   Während eine zweite Person das hintere Ende des Rahmens (1) hochhebt, befestigen Sie beide Rahmenabdeckungen (48, 49) mit zwei M4 x 16mm Schrauben (94) am Rahmen.



2. Befestigen Sie ein Rad (50) mit einer M10 x 41mm Ansatzschraube (63) am Vorderteil des Rahmens (1).

   Wiederholen Sie diesen Schritt mit dem anderen Rad (50).



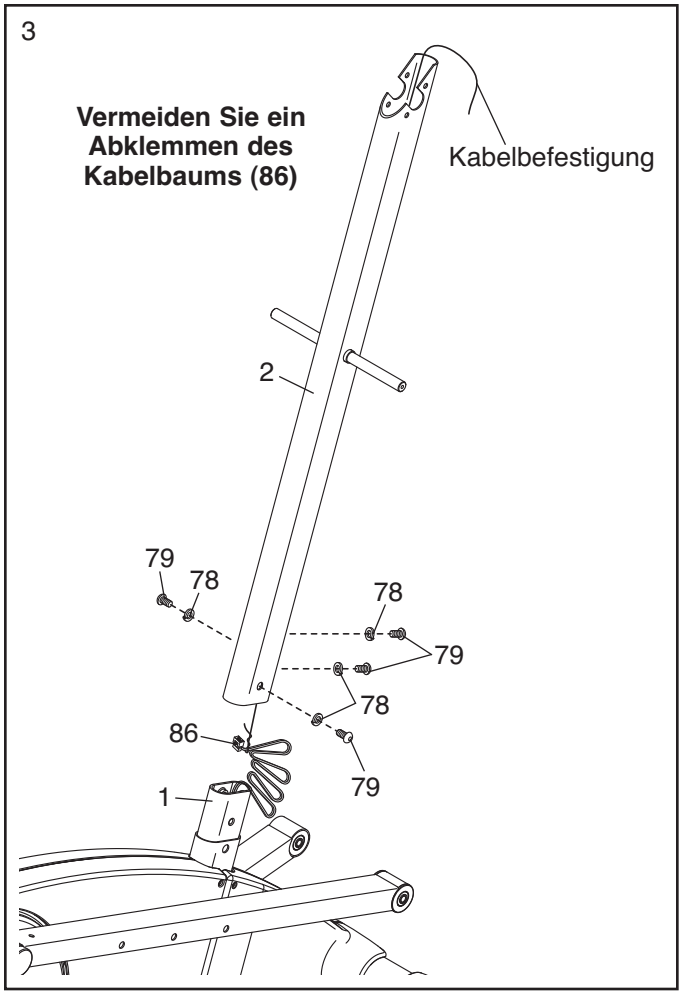
3. **Tipp: Vermeiden Sie ein Abklemmen des Kabelbaums (86). Ziehen Sie alle Schrauben leicht an, bevor Sie eine davon richtig festziehen.**

   Eine zweite Person soll den Pfosten (2) an den Rahmen (1) hinhalten.

   Finden Sie die Drahtbefestigung innerhalb des Pfostens (2). Wickeln Sie das untere Ende der Drahtbefestigung am Kabelbaum (86) fest. Ziehen Sie dann das obere Ende der Kabelbefestigung nach oben und aus dem oberen Ende des Pfostens heraus. Nun können Sie die Kabelbefestigung abnehmen und wegwerfen.

   Tipp: Um ein Hineinrutschen des Kabelbaums (86) in den Pfosten (2) zu vermeiden, befestigen Sie den Kabelbaum mit einem Gummiband.

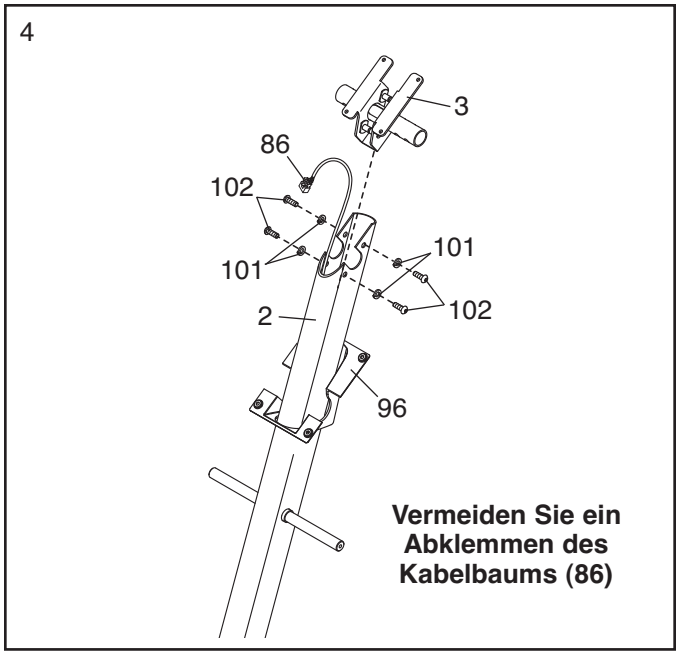
   Befestigen Sie den Pfosten (2) mit vier M10 x 20mm Linsenschrauben (79) und vier M10 Federringen (78) am Rahmen (1). **Ziehen Sie die Schrauben noch nicht ganz an.**



4. Schieben Sie die Computerabdeckung (96) über den Pfosten (2) und bewegen Sie sie nach unten.

   Schieben Sie dann die Computerklammer (3) in das obere Teil des Pfostens (2) hinein.

   Tipp: Vermeiden Sie ein Abklemmen des Kabelbaums (86). Befestigen Sie die Computerklammer (3) mit vier M6 x 18mm Schrauben mit Nylon-Klemmteil (102) und vier M6 Federringen (101).

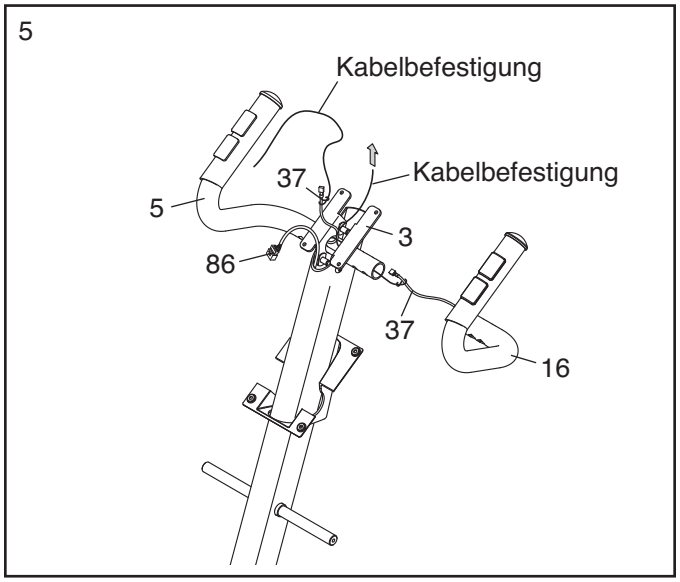


5. Finden Sie die linke und die rechte Pulsstange (5, 16). Diese sind mit den Aufklebern „Links” und „Rechts” markiert (L oder Left bedeutet links; R oder Right bedeutet rechts).

   Eine zweite Person soll die rechte Pulssstange (16) an die Computerklammer (3) hinhalten.

   Finden Sie die Kabelbefestigung innerhalb der Computerklammer (3). Wickeln Sie das untere Ende der Drahtbefestigung um den rechten Pulsdraht (37). Ziehen Sie dann das obere Ende der Kabelbefestigung nach oben und aus dem oberen Ende der Computerklammer heraus. Nun können Sie die Kabelbefestigung abnehmen und wegwerfen.

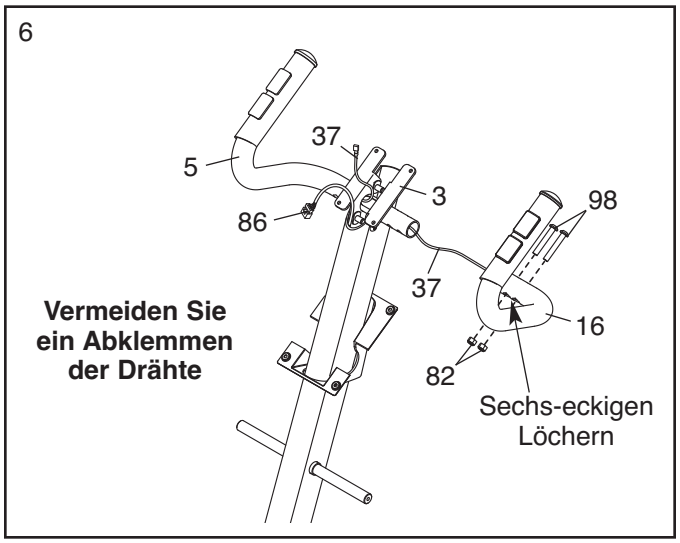
   Wiederholen Sie diesen Schritt mit der linken Pulsstange (5).



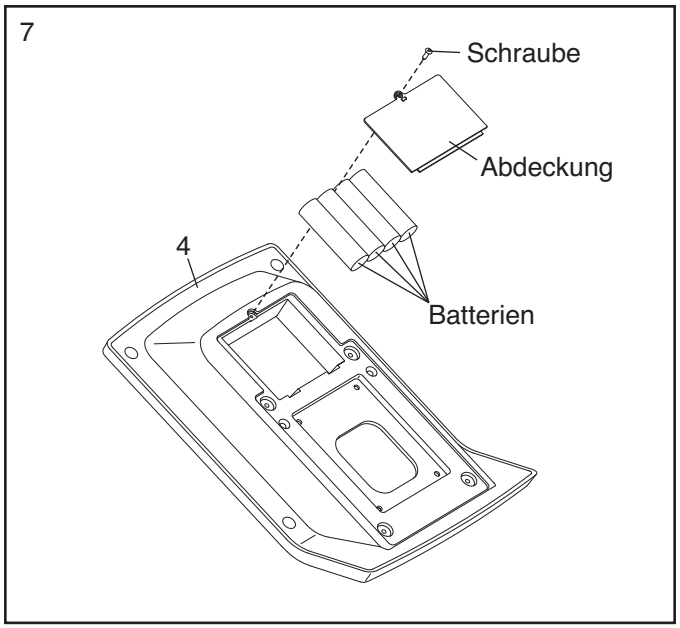
6. Schieben Sie die rechte Pulsstange (16) auf die rechte Seite der Computerklammer (3). **Achten Sie darauf, dass sich die sechseckigen Löcher an der angegebenen Stelle befinden.**

   Tipp: Achten Sie darauf, die Kabel nicht abzuklemmen. Befestigen Sie die rechte Pulsstange (16) mit zwei M8 x 38mm Linsenbolzen (98) und zwei M8 Kontermuttern (82) an der Computerklammer (3). **Achten Sie darauf, dass sich die Kontermuttern in den sechseckigen Löchern befinden.**

   Wiederholen Sie diesen Schritt mit der linken Pulsstange (5).



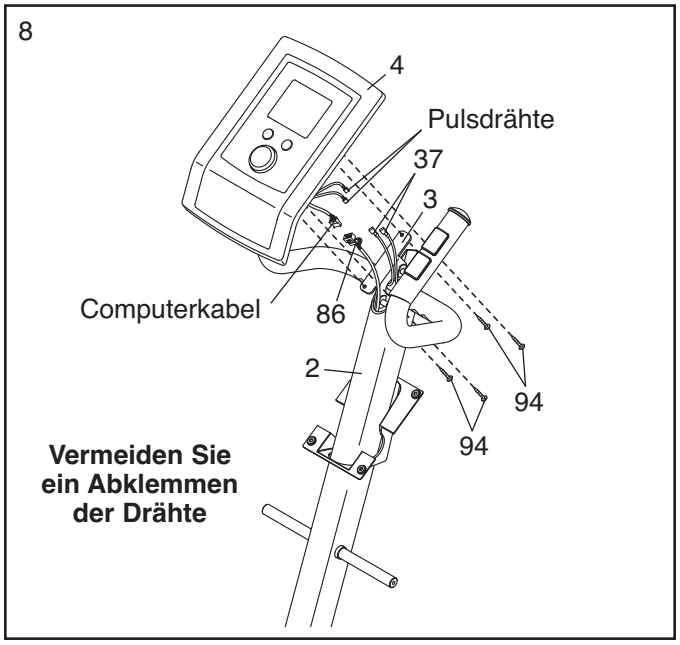
7. Der Computer (4) läuft auf „AA“Interior Batterien; Alkali-Batterien werden dazu empfohlen. **WICHTIG: Wurder der Computer kalten Temperaturen ausgesetzt, lassen Sie ihn aufwärmen, bevor Sie die Batterien einsetzen. Sonst können die Displays am Computer oder andere elektronische Teile beschädigt werden.** Entfernen Sie erst die Schraube, dann den Batteriefachdeckel, legen Sie die Batterien ins Batteriefach und befestigen Sie den Batteriefachdeckel dann wieder. **Achten Sie darauf, die Batterien so auszurichten, wie auf dem Diagramm innerhalb des Batteriefachs angegeben.**



8. Während eine zweite Person den Computer (4) an die Computerklammer (3) hinhält, stecken Sie das Computerkabel mit dem Kabelbaum (86) zusammen. Stecken Sie dann die Konsolenpulsdrähte und die Pulsdrähte (37) zusammen.

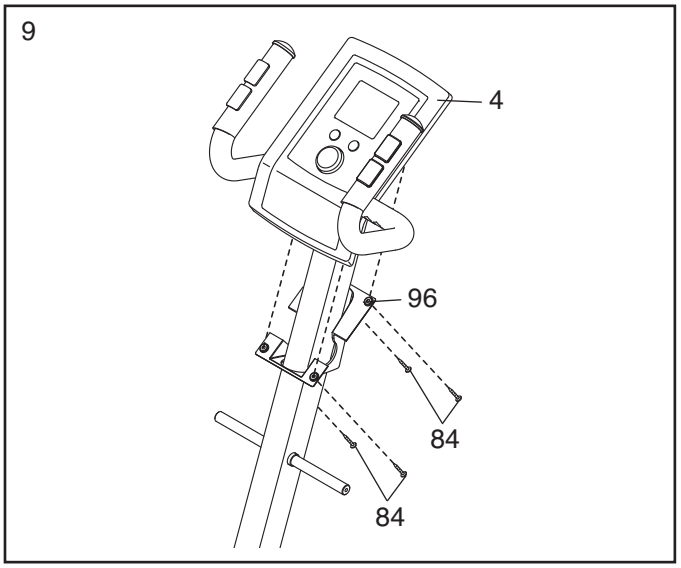
   Schieben Sie alle überschüssigen Drähte von oben nach unten in den Pfosten (2) hinein.

   Tipp: Vermeiden Sie ein Abklemmen der Drähte. Befestigen Sie den Computer (4) mit vier M4 x 16mm Schrauben (94).



9. Schieben Sie die Computerabdeckung (96) nach oben auf den Computer (4).

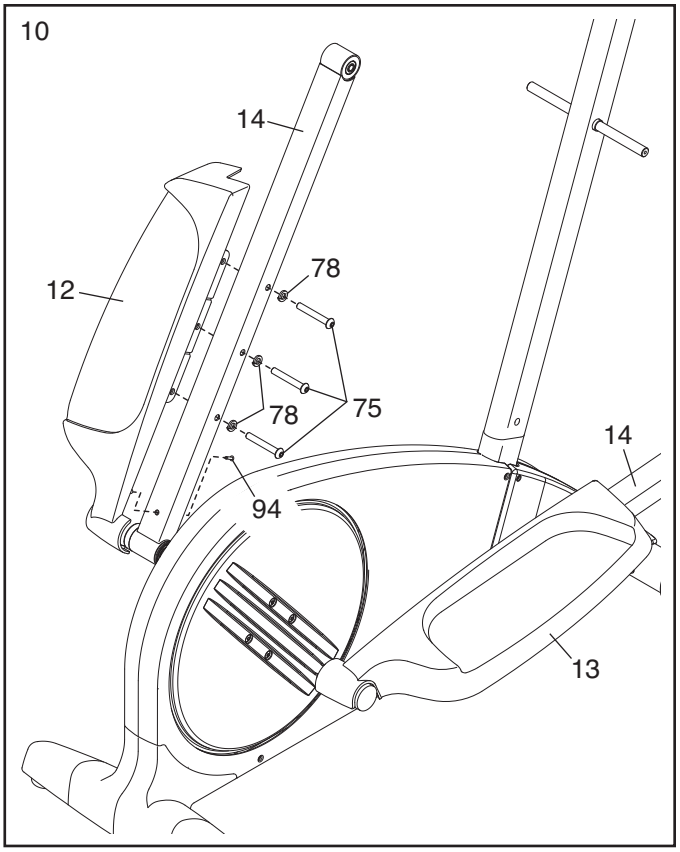
   Befestigen Sie die Computerabdeckung (96) mit vier M4 x 16mm Halbrundschrauben (84).



10. Finden Sie das linke Pedal (12), welches mit einem Aufkleber mit der Aufschrift ,,Left“ markiert ist, und richten Sie es so aus, wie angedeutet.

Befestigen Sie das linke Pedal (12) mit drei M10 x 70mm Linsenschrauben (75), drei M10 Federringen (78) und einer M4 x 16mm Schraube (94) am linken Pedalarm (14).

Wiederholen Sie diesen Schritt mit dem rechten Pedal (13) und dem rechten Pedalarm (14).



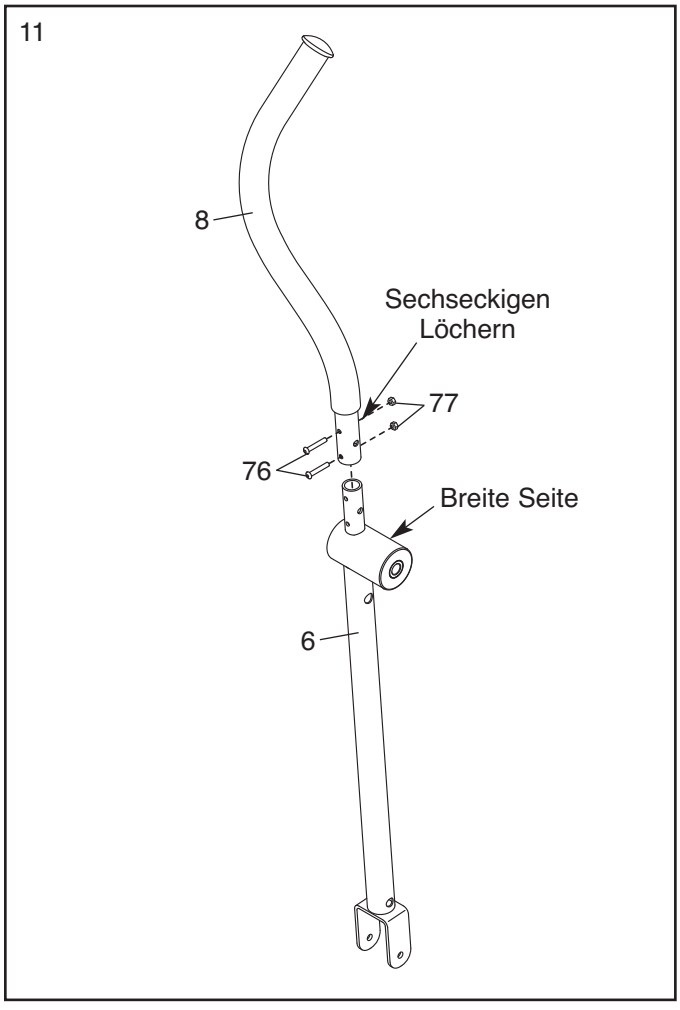
11. Finden Sie den linken Oberkörperarm (8), welcher mit einem Aufkleber mit dem Buchstaben „L“ markiert ist.

Richten Sie den linken Oberkörperarm (8) und ein Oberkörperbein (6) so aus, wie angedeutet. **Achten Sie darauf, dass sich die sechseckigen Löcher und die breite Seite des Oberkörperbeins an den angedeuteten Stellen befinden.**

Schieben Sie den linken Oberkörperarm (8) auf das Oberkörperbein (6).

Befestigen Sie den linken Oberkörperarm (8) mit zwei M6 x 36mm Linsenbolzen (76) und zwei M6 Kontermuttern (77). **Achten Sie darauf, dass sich die Kontermutter in den sechseckigen Löchern befinden.**

Wiederholen Sie diesen Schritt mit dem rechten Oberkörperarm (nicht abgebildet) und dem anderen Oberkörperbein (nicht abgebildet).



12. Geben Sie eine großzügige Menge beigelegten Schmierfetts auf die Achsen der Pfosten (2). Geben Sie dann ein wenig Schmierfett auf die zwei Wellenscheiben (88).

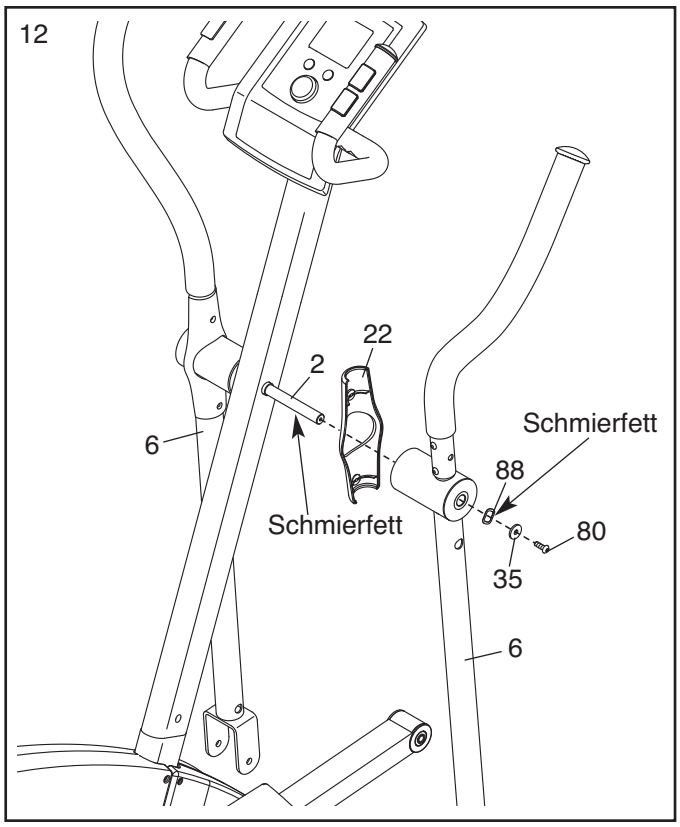
    Richten Sie eine Innenarmabdeckung (22) und das rechte Oberkörperbein (6) so aus, wie angedeutet.

    Schieben Sie die Innenarmabdeckung (22) und das rechte Oberkörperbein (6) auf die rechte Seite des Pfostens (2).

    Schieben Sie eine Wellenscheibe (88) auf die Achse auf der rechten Seite des Pfostens (2).

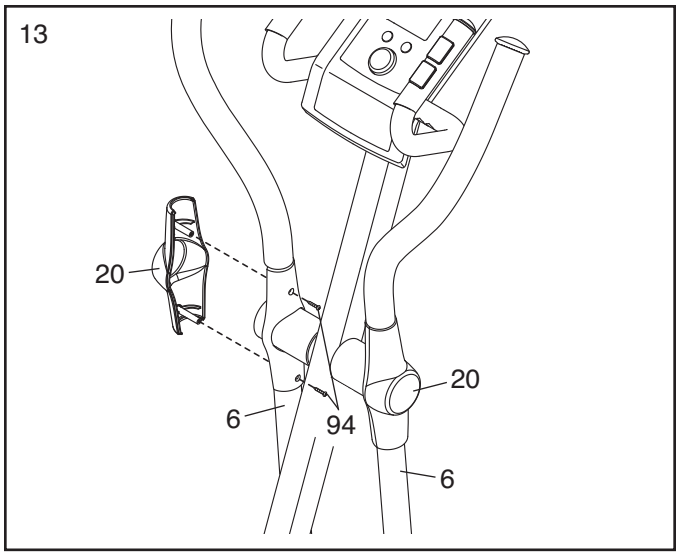
    Befestigen Sie das rechte Oberkörperbein (6) mit einer M6 x 16mm Schraube mit Nylon-Klemmteil (80) und einer M6 Unterlegscheibe (35). **Vergewissern Sie sich, dass sich die Wellenscheibe (88) auf der Achse befindet.**

    Befestigen Sie den rechten Oberkörperbein (6) auf die gleiche Weise.



13. Befestigen Sie eine Außenarmabdeckung (20) mit zwei M4 x 16mm Schrauben (94) um das linke Oberkörperbein (6) herum.

    Befestigen Sie die andere Außenarmabdeckung (20) auf die gleiche Weise um das rechte Oberkörperbein (6) herum.



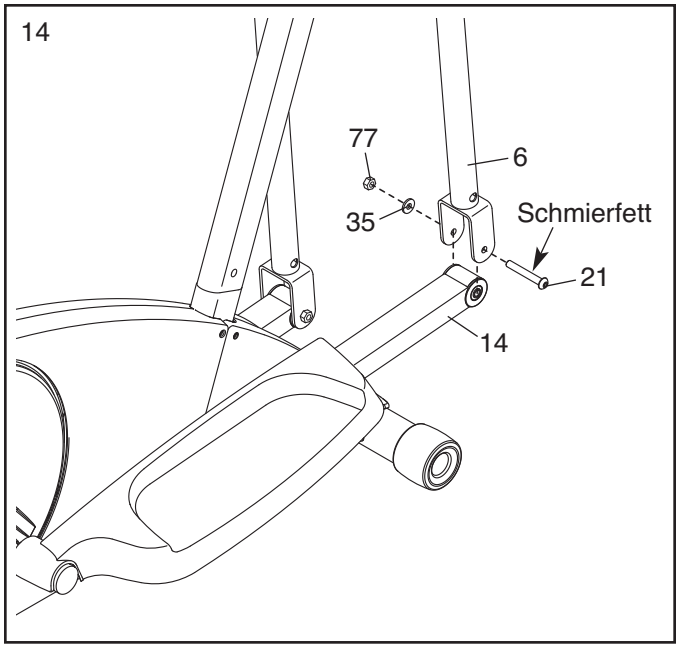
14. Geben Sie ein wenig Schmierfett auf den Zylinder eines M6 x 72mm Ansatzbolzens (21).

    Eine zweite Person soll den rechten Pedalarm (14) innerhalb der Klammer am rechten Oberkörperbein (6) hinhalten.

    Befestigen Sie den rechten Pedalarm (14) mit den M6 x 72mm Ansatzbolzen (21), einer M6 Unterlegscheibe (35) und einer M6 Kontermutter (77) am rechten Oberkörperbein (6).

    Wiederholen Sie diesen Schritt auf der anderen Seite des Ellipsentrainers.

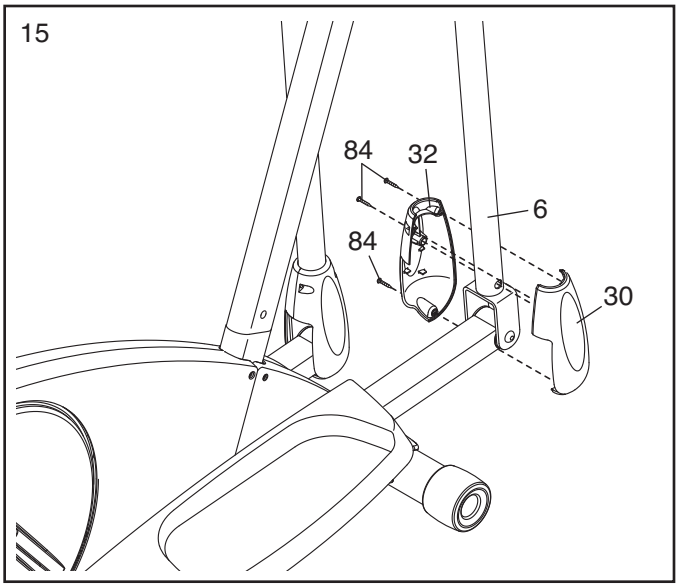
    Siehe Schritt 3. Ziehen Sie die vier M10 x 20mm Linsenschrauben (79) fest. **Tipp: Ziehen Sie die zwei Linsenschrauben auf der Vorderseite des Ellipsentrainers vor den zwei anderen Linsenschrauben fest.**



15. Finden Sie die Abdeckung des rechten, inneren Beins (32) und des rechten, äußeren Beins (30). Beide sind mit Aufklebern mit dem Wort „Right“ [rechts] markiert.

    Befestigen Sie die Abdeckung des rechten, inneren Beins (32) und des rechten, äußeren Beins (30) mit drei M4 x 16mm Halbrundschrauben (84) um das rechte Oberkörpberbein (6) herum.

    Wiederholen Sie diesen Schritt auf der anderen Seite des Ellipsentrainers.

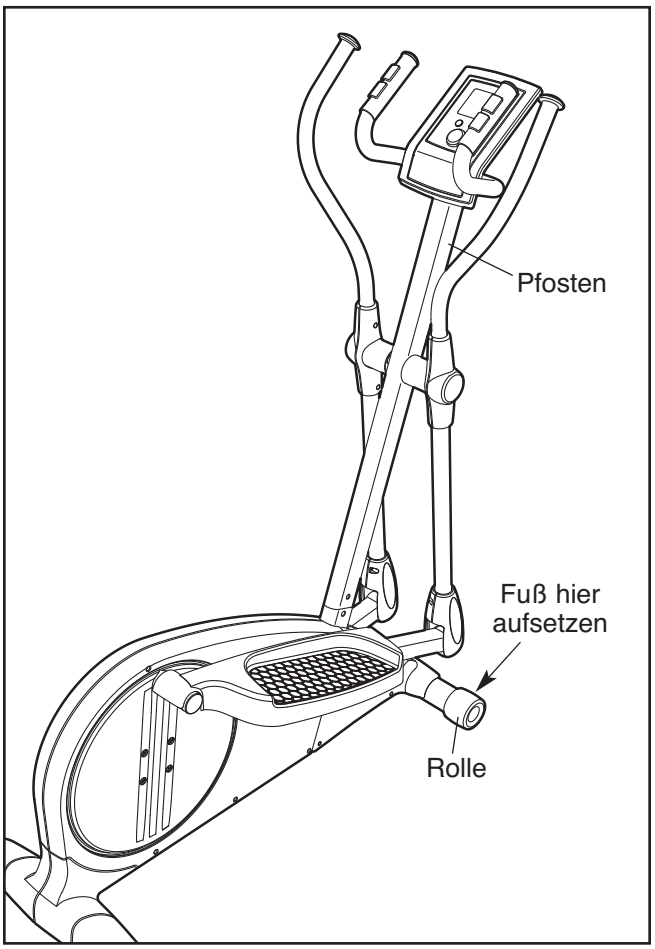


16. **Achten Sie darauf, dass alle Teile fest angezogen sind, bevor Sie den Ellipsentrainer benutzen.**
    Anmerkung : Einige Teile könnten übrig bleiben, nachdem der Aufbau fertig ist. Legen Sie zum Schutz des Bodens oder des Teppichs eine Unterlage unter den Ellipsentrainer.

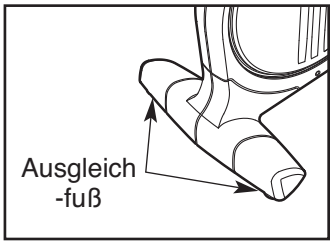
BENUTZUNG DES ELLIPSENTRAINERS

BEWEGEN DES ELLIPSENTRAINERS

Um den Ellipsentrainer zu bewegen, stellen Sie sich vor ihn hin, stemmen Sie einen Fuß gegen eine der Rollen und halten Sie das obere Ende des Pfosten fest. Ziehen Sie den Pfosten nach vorne, bis sich der Ellipsentrainer auf den Rollen bewegen läßt. Schieben Sie den Ellipsentrainer vorsichtig an den gewünschten Ort und lassen Sie ihn wieder herunter. **Um Verletzungen zu vermeiden sollten Sie keinesfalls versuchen, den Ellipsentrainer auf unebenem Boden zu bewegen.**



DEN ELLIPSENTRAINER AUSGLEICHEN



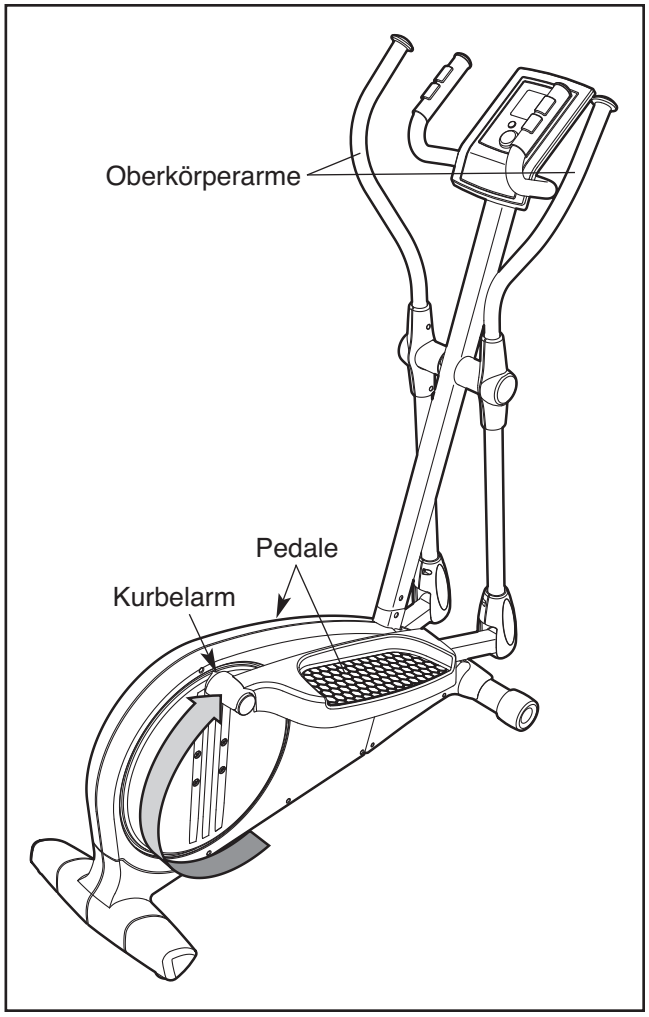
Sollte der Ellipsentrainer während des Trainings leicht wackeln, beziehen Sie sich auf die eingesetzte Detailzeichnung und drehen Sie den Ausgleichsfuß unterhalb des hinteren Endes des Ellipsentrainers, bis das Wackeln aufhört.

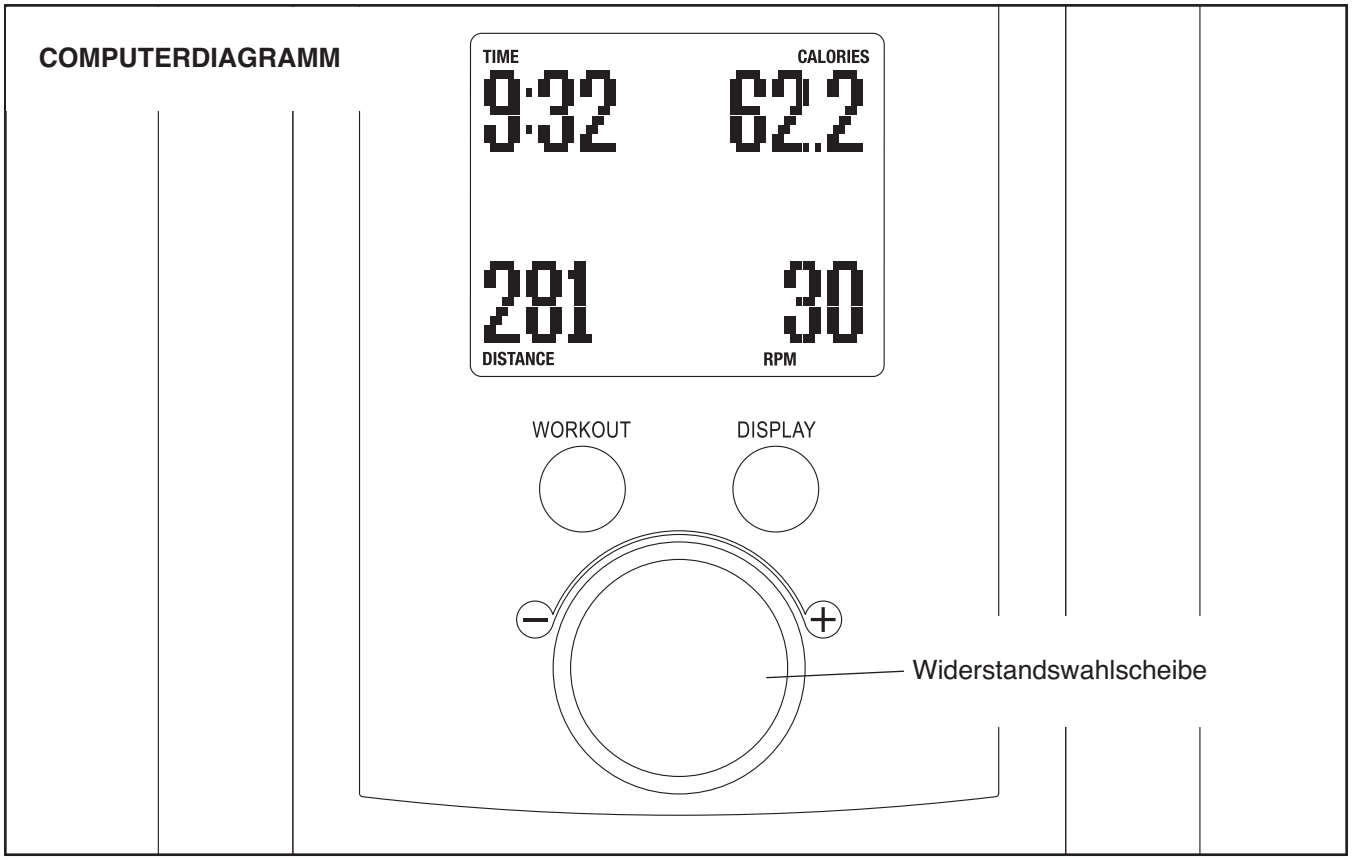
MIT DEM ELLIPSENTRAINER TRAINIEREN

Um auf den Ellipsentrainer aufzusteigen, halten Sie sich an den Haltegriffen fest und steigen Sie zuerst auf das niedrigere Pedal. Dann steigen Sie mit dem anderen Fuß auf das andere Pedal. Bewegen Sie die Pedale, bis sie sich in einer ununterbrochenen Bewegung befinden.

Anmerkung: Die Kurbelarme können in jede Richtung gedreht werden. Es wird empfohlen, dass Sie die Kurbelarme in die vom Pfeil rechts angegebene Richtung drehen; sie können die Kurbelarme jedoch zur Abwechslung auch in die andere Richtung drehen.

Um vom Ellipsentrainer abzusteigen, warten Sie zuerst, bis die Pedale völlig zum Stillstand gekommen sind. **Anmerkung: Der Ellipsentrainer hat kein Freilaufrad; die Pedale werden so lange in Bewegung bleiben, bis das Schwungrad zum Stillstand kommt.** Wenn die Pedale sich nicht mehr bewegen, steigen Sie zuerst von dem höheren Pedal herunter. ann steigen Sie vom unteren Pedal herunter.





DEN WARNUNGSAUFKLEBER ANBRINGEN

Der Computer bietet zahlreiche Funktionen, die Ihr Training zu Hause effektiver und angenehmer gestalten. Wenn der manuelle Modus am Computer ausgewählt wird, kann der Widerstand der Pedale mit dem Druck einer Taste verändert werden. Während Sie trainieren, wird der Computer fortlaufend Trainingsinformationen anzeigen. Sie können sogar Ihre Herzfrequenz mit dem eingebauten Handgriffpulsmesser messen.

Der Computer bietet sechzehn voreingestellte Programme an. Jedes Programm verändert automatisch den Widerstand der Pedale und fordert Sie dazu auf, Ihr Tempo zu verändern, wobei Sie durch ein effektives Training geführt werden.

WICHTIG: Bevor man den Computer zum ersten Mal benutzt, muss man *BIKE* (Fahrrad) oder *ELLIPTICAL* (Ellipsentrainer) wählen; wenn man das nicht macht, kann der Computer kein richtiges Feedback liefern. (Siehe EINSTELLEN DER COMPUTEREINSTELLUNGEN auf Seite 16.)

Um Computereinstellungen einzugeben, siehe Seite 16. **Um den manuellen Modus zu benutzen,** siehe Seite 17. **Um ein voreingestelltes Programm zu verwenden,** siehe Seite 19.

Anmerkung: Wenn sich auf dem Computer eine klare Plastikfolie befindet, entfernen Sie diese.

EINSTELLEN DER COMPUTEREINSTELLUNGEN

1. **Drücken Sie irgendeine Taste am Computer oder fangen Sie einfach an, die Pedale zu bewegen, um den Computer einzuschalten.**

   Einen Moment nachdem man mit dem Treten beginnt oder nachdem man eine Taste gedrückt hat, leuchtet das Display auf.

2. **Wählen Sie den manuellen Modus.**

   Im Benutzer-Modus kann man den Typ des Produkts, das man betreibt, sowie die gewünschte Maßeinheit und eine Hintergrundlichtvariante wählen.

   Um den Benutzer-Modus zu wählen, drücken Sie auf die Widerstandswahlscheibe und halten Sie sie mehrere Sekunden lang nieder (siehe Abb. auf Seite 15) bis die Worte *BIKE* (Fahrrad) und *ELLIPTICAL* (Ellipsentrainer) am Display erscheinen.

3. **Wählen Sie *BIKE* oder *ELLIPTICAL* als Produkttyp.**

   Die Pfeile am Display geben den momentan gewählten Produkttyp an. Um diesen zu verändern, drücken Sie die Display-Taste mehrmals.

   Betreibt der Computer ein Fahrrad, wählen Sie BIKE als Produkttyp. **Betreibt der Computer einen Ellipsentrainer,** wählen Sie ELLIPTICAL als Produkttyp.

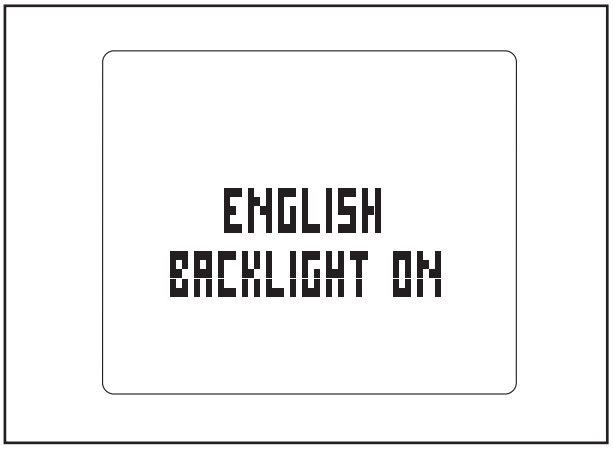
   Um die Wahl einzuspeichern, drückt man dann die WORKOUT-Taste nochmals. Die anderen Computereinstellungen werden dann am Display erscheinen.

   WICHTIG: Haben Sie *BIKE* gewählt, gehen Sie jetzt zu Schritt 4. **Haben Sie *ELLIPTICAL* gewählt,** gehen Sie jetzt zu Schritt 5.

4. **Betreibt der Computer ein Fahrrad, wählen Sie jetzt eine Maßeinheit.**

   Wenn der Computer ein Fahrrad betreibt, kann man die Geschwindigkeit und die Distanz auf Meilen oder auf Kilometer einstellen.

   Haben Sie *BIKE* als Produkttyp gewählt, erscheint das Wort *ENGLISH* (für englische Meilen) oder das Wort *METRIC* (für metrische Kilometer) am Display, um anzuzeigen, auf welche Maßeinheit der Computer eingestellt ist.



   Um die Maßeinheit zu verändern, drehen Sie das Widerstandswahlrad, bis die gewünschte Maßeinheit am Display erscheint.

5. **Wählen Sie eine Hintergrundlichtvariante.**

   Der Computer bietet drei verschiedene Möglichkeiten zur Einstellung des Hintergrundlichts. Bei der ON-Einstellung bleibt das Hintergrundlicht die ganze Zeit eingeschaltet. Um Batterien zu sparen, ist das Hintergrundlicht bei der AUTO-Einstellung nur beim Treten eingeschaltet. Bei OFF schaltet sich das Hintergrundlicht aus.

   Um eine Hintergrundlichtvariante zu wählen, drücken Sie mehrmals auf die DISPLAY-Taste, bis die gewünschte Hintergrundlichtvariante am Display erscheint.

6. **Aus dem Benutzer-Modus aussteigen.**

   Drücken Sie die Programm-Taste [WORKOUT], um die Computereinstellungen zu speichern und aus dem Benutzer-Modus auszusteigen.

BENUTZUNG DES MANUELLEN MODUS

1. **Drücken Sie irgendeine Taste am Computer oder fangen Sie einfach an, die Pedale zu bewegen, um den Computer einzuschalten.**

   Einen Moment nachdem man mit dem Treten beginnt oder nachdem man eine Taste gedrückt hat, leuchtet das Display auf.

2. **Wählen Sie den manuellen Modus.**

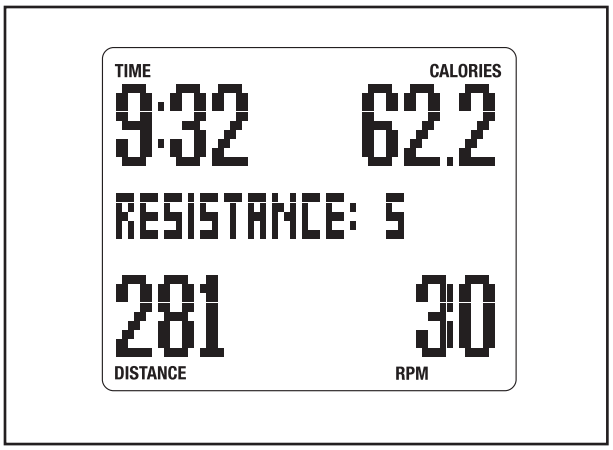
   Jedesmal, wenn man den Computer einschaltet, ist automatisch der manuelle Modus eingestellt. Wenn man ein Programm gewählt hat, kann man den manuellen Modus wieder wählen, indem man mehrmals auf die Programm-Taste [WORKOUT] drückt, bis das Wort MANUAL in der linken, unteren Ecke des Displays erscheint.

3. **Fangen Sie zu laufen an und verstellen Sie auf Wunsch den Widerstand der Pedale.**

   Während man die Pedale bewegt, kann man den Widerstand der Pedale durch Drehen an der Widerstandswahlscheibe verändern. Um den Widerstand zu erhöhen, drehen Sie die Wahlscheibe im Uhrzeigersinn; um den Widerstand zu verringern, drehen Sie die Wahlscheibe gegen den Uhrzeigersinn. Anmerkung: Es dauert einen Moment, nachdem die Taste gedrückt wurde, bis sich die Pedale auf den gewünschten Widerstandsgrad einstellen.

4. **Verfolgen Sie Ihren Fortschritt mit Hilfe des Displays.**

   Die linke, obere Ecke der Anzeige gibt die vergangene Zeit [TIME] an. Anmerkung: Wenn man ein Programm gewählt hat, dann gibt die Anzeige die noch im Programm verbleibende Zeit an anstatt der schon vergangenen Zeit.



In der linken, unteren Ecke des Displays wird die Distanz [DISTANCE], die Sie zurückgelegt haben, aufscheinen.

Anmerkung: Betreibt der Computer ein Heimfahrrad, dann erscheint die Distanz in Meilen oder Kilometern. Betreibt der Computer einen Ellipsentrainer, dann erscheint die Distanz als Anzahl von Umdrehungen.

Die rechte, obere Ecke der Anzeige gibt die ungefähre Anzahl verbrannter Kalorien [CALORIES] an. Die rechte, obere Ecke der Anzeige gibt auch Ihre Herzfrequenz [PULSE] an, wenn Sie den Handgriff-Puls-sensor verwenden (siehe Schritt 5 auf Seite 18).

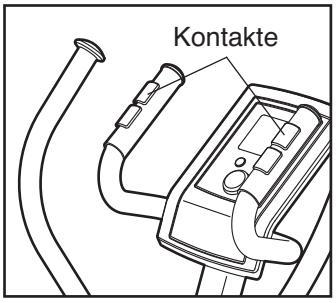
In der rechten, unteren Ecke des Displays wird Ihr Tempo aufscheinen.

Anmerkung: Betreibt der Computer ein Heimfahrrad, dann erscheint Ihr Tempo in Meilen/Stunde oder km/h. Betreibt der Computer einen Ellipsentrainer, dann erscheint Ihr Tempo in Umdrehungen/Minute [RPM].

Die Mitte der Anzeige gibt für ein paar Sekunden die Widerstandseinstellung [RESISTANCE] der Pedale an, und zwar jedes Mal, wenn sich diese verändert.

Man kann verschiedene Informationen auch vergrößert sehen. Drücken Sie die „Display“-Taste mehrmals, um Zeit und Distanz, Zeit und Kalorien oder Zeit und Geschwindigkeit zu sehen. Drücken Sie die „Display“-Taste nochmals, um dann wieder alle Informationen auf einmal zu sehen.

5. **Messen Sie nach Wünsch Ihre Pulsfrequenz.**



Falls sich dünne Plastikfolien auf den Metallkontakten des Handgriff-pulsmessers befinden, entfernen Sie diese. Zum Messen Ihrer Herzfrequenz geben Sie die Handflächen auf die Metallkontakte des Handgriff-Pulsmessers. **Vermeiden Sie es, Ihre Hände zu bewegen oder zu stark auf die Kontakte zu drücken.**

Wenn Ihr Puls entdeckt wird, dann erscheinen erst ein, zwei oder drei Querstriche und dann die Herzfrequenz. Herzfrequenz im unteren Sichtfeld. Für genaueste Herzfrequenzablesung, lassen Sie Ihre Hände mindestens 15 Sekunden lang auf den Kontakten ruhen. Anmerkung: Wenn Sie den Handgriff-Pulssensor fortlaufend festhalten, zeigt die Anzeige Ihre Herzfrequenz für bis zu 30 Sekunden.

Wenn Ihre Herzfrequenz nicht abgebildet wird, achten Sie darauf, dass Ihre Hände in der angegebenen Position auf den Sensoren liegen. Bewegen Sie Ihre Hände möglichst wenig und greifen Sie die Kontakte nicht zu fest. Zur optimalen Instandhaltung sollten Sie die Metallkontakte mit einem weichen Tuch abwischen; **verwenden Sie niemals Alkohol, Scheuermittel oder Chemikalien.**

6. **Wenn Sie mit dem Training fertig sind, wird sich der Computer automatisch abstellen.**

Wenn man die Pedale einige Sekunden lang nicht bewegt, dann erklingt ein Ton, der Computer pausiert und die Zeit blinkt am Display.

Wenn die Pedale einige Minuten nicht bedient werden, geht der Computer aus und die Anzeigen werden zurückgesetzt.

VERWENDEN EINES VORPROGRAMMIERTEN WORKOUTS

1. **Drücken Sie irgendeine Taste am Computer oder fangen Sie einfach an, die Pedale zu bewegen, um den Computer einzuschalten.**

   Einen Moment nachdem man mit dem Treten beginnt oder nachdem man eine Taste gedrückt hat, leuchtet das Display auf.

2. **Wählen Sie ein voreingestelltes Programm.**

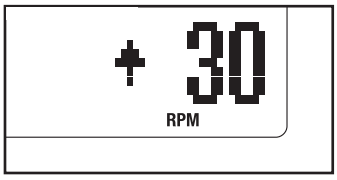
   Um ein ein voreingestelltes Programm zu wählen, drücken Sie mehrmals die Programm-Taste [WORKOUT], bis die Zahl des gewünschten Programms am Display erscheint. Die Zeit und ein Profil der Widerstandseinstellungen des Programms werden ebenfalls in der Anzeige aufleuchten.

3. **Bewegen Sie die Pedale, um zu beginnen.**

   Jedes Programm wurde in 30 ein Minuten lange Abschnitte eingeteilt. Jeder Abschnitt hat einen Widerstandsgrad und ein Zieltempo vorprogrammiert. Anmerkung: Aufeinanderfolgende Abschnitte können auch denselben Widerstandsgrad und/oder dieselbe Zieltempoeinstellung vorprogrammiert haben.

   Der Programmquerschnitt zeigt Ihren Fortschritt an (siehe Abb. oben). Die blinkende Spalte des Querschnitts stellt den laufenden Abschnitt dar. Die Höhe der blinkenden Spalte deutet den Widerstandsgrad im laufenden Abschnitt an.

   Wenn der erste Abschnitt des Programms beendet wird, erklingt ein Ton und der Widerstandsgrad und das Zieltempo für den nächsten Abschnitt erscheinen ein paar Sekunden lang in der Mitte des Displays, um Sie auf den Wechsel aufmerksam zu machen. Der nächste Abschnitt des Querschnitts wird blinken und die Pedale werden sich automatisch auf den Widerstandsgrad des nächsten Abschnitts einstellen.



Während des Trainings werden Sie dazu aufgefordert, in jedem Abschnitt das Fahrtempo nahe der Zieleinstellung für die Umdrehungen pro Minue zu halten. Wenn ein Pfeil in der Anzeige erscheint, der nach oben deutet, dann soll man sein Tempo erhöhen. Wenn ein Pfeil nach unten zeigt, soll man sein Tempo verringern. Wenn kein Pfeil erscheint, soll man sein Tempo beibehalten.

WICHTIG: Das Zieltempo dient nur zur Motivation. Ihre wirkliche Trittgeschwindigkeit darf langsamer sein als die Zieleinstellung. Wenn die Mitte der Zielanzeige blinkt, behalten Sie Ihre Trittgeschwindigkeit bei.

Sollte der Widerstandsgrad des laufenden Abschnitts zu hoch oder zu gering sein, kann man die Einstellung durch Drehen am Widerstandwahlrad verändern. **WICHTIG: Wenn der laufende Abschnitt eines Programms zu Ende kommt, stellen sich die Pedale automatisch auf die Widerstandseinstellung des nächsten Abschnitts ein.**

Das Programm läuft auf diese Weise weiter, bis der letzte Abschnitt zu Ende kommt. Man kann das Programm jedoch jederzeit anhalten, indem man einfach aufhört, die Pedale zu bewegen. Ein Signal ertönt und die Zeit blinkt in der Anzeige. Um das Programm wieder aufzunehmen, bewegen Sie einfach die Pedale wieder.

4. **Verfolgen Sie Ihren Fortschritt mit Hilfe des Displays.**

   Beziehen Sie sich auf Schritt 4 auf Seite 17.

5. **Messen Sie nach Wünsch Ihre Pulsfrequenz.**

   Beziehen Sie sich auf Schritt 5 auf Seite 18.

6. **Wenn Sie mit dem Training fertig sind, wird sich der Computer automatisch abstellen.**

   Beziehen Sie sich auf Schritt 6 auf Seite 18.

WARTUNG UND FEHLERSUCHE

Überprüfen Sie alle Einzelteile und ziehen Sie die Teile regelmäßig nach. Abgenutzte Teile müssen sofort ersetzt werden.

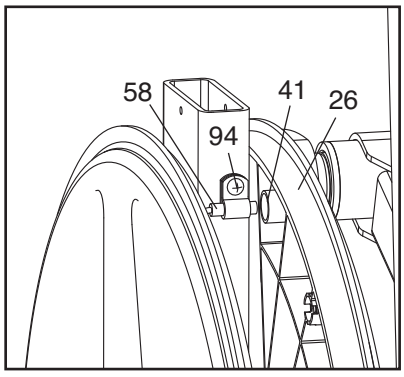
Zur Reinigung des Ellipsentrainers verwenden Sie ein feuchtes Tuch und ganz wenig milden Reiniger. **WICHTIG: Um Schaden am Computer zu vermeiden, halten Sie Flüssigkeiten und direktes Sonnenlicht vom Computer fern.**

FEHLERSUCHE AM COMPUTER

Wenn das Computer-Display trübe wird, sollten die Batterien ersetzt werden; die meisten Computer-Probleme sind auf niedere Batterien zurück zu führen. Beziehen Sie sich auf Schritt 7 auf Seite 8 zwecks Ersatz-Instruktionen. Wenn der Handgriffpulsmesser nicht richtig funktioniert, siehe Schritt 5 auf Seite 18.

DEN MEMBRANENSCHALTER EINSTELLEN

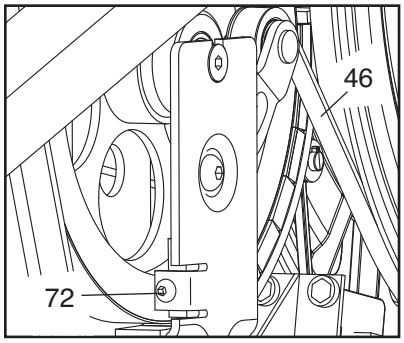
Drehen Sie die linke Pedale mit Hilfe eines verstellbaren Schraubenschlüssels im Uhrzeigersinn und entfernen Sie sie. Entfernen Sie dann alle Schrauben von beiden Seitenschutzplatten. **Es befinden sich drei verschiedene Schraubengrößen an den Seitenschutzplatten. Notieren Sie sich, welche Größe Sie von welchem Loch entfernen.** Entfernen Sie dann vorsichtig die Seitenschutzplatten vom Rahmen.



Finden Sie dann den Membranenschalter (58). Drehen Sie die linke Pedalscheibe (26) bis der Magnet (41) mit dem Membranenschalter übereinstimmt. Lockern Sie die gezeigte M4 x 16mm Schraube (94), aber entfernen Sie diese nicht. Schieben Sie den Membranenschalter entweder ein bisschen näher an den Magneten heran oder ein bisschen weiter von ihm weg und ziehen Sie die Schraube dann wieder fest. Schaukeln Sie das Rad gerade genug nach vorne und nach hinten, sodass der Magnet am Membranenschalter mehrmals vorbeikommt. Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis der Computer korrekte Trainingsdaten anzeigt. Wenn der Membranenschalter richtig eingestellt ist, befestigen Sie die Seitenschutzplatten wieder. Anmerkung: Sollten Sie Fragen dazu haben, welche Schraube in welches Loch gehört, siehe DETAILZEICHNUNG B auf Seite 27 und die TEILELISTE auf Seite 24.

EINSTELLEN DES RIEMENS

Wenn die Pedale rutschen während man sie bewegt, auch wenn der Widerstand der Pedale auf die höchste Einstellung gegeben wurde, dann muss man wahrscheinlich den Riemen (46) einstellen. Entfernen Sie dann alle Schrauben von beiden Seitenschutzplatten. **Es befinden sich drei verschiedene Schraubengrößen an den Seitenschutzplatten. Notieren Sie sich, welche Größe Sie von welchem Loch entfernen.** Entfernen Sie dann vorsichtig die Seitenschutzplatten vom Rahmen.



Drehen Sie die Riemeneinstellschraube (72) bis der Riemen (46) gespannt ist. Befestigen Sie dann die Seitenschutzplatten wieder. Anmerkung: Sollten Sie Fragen dazu haben, welche Schraube in welches Loch gehört, siehe DETAILZEICHNUNG B auf Seite 27 und die TEILELISTE auf Seite 24.

TRAININGSRICHTLINIEN

⚠ WARNUNG: Bevor man mit einem Trainingsprogramm beginnt, soll man seinen Arzt konsultieren. Das ist besonders für Personen über 35 Jahre oder für Personen mit Gesundheitsproblemen wichtig.

Der Pulsmesser ist kein medizinisches Gerät. Verschiedene Faktoren können die Genauigkeit von Herzfrequenzablesungen beeinträchtigen. Der Pulsmesser ist nur als Trainingshilfe gedacht, indem er allgemeine Trends bei der Pulsmessung feststellt.

Diese Richtlinien werden Ihnen dabei helfen, Ihr Trainingsprogramm zu erstellen. Jedoch für detailliertere Trainingsinformationen sollten Sie sich ein angesehenes Buch kaufen oder einen Arzt konsultieren. Vergessen Sie nicht, dass auch eine ausgewogene Nahrung und genügend Schlaf für erfolgreiche Resultate wichtig sind.

TRAININGSINTENSITÄT

Ob es Ihr Ziel ist, Fett zu verbrennen oder Ihr Herzkreislaufsystem zu stärken, das Trainieren mit der passenden Intensität ist der Schlüssel zum Erfolg. Der Pulsschlag kann einem dabei helfen, die passende Intensität zu bestimmen. Die Tabelle unten gibt empfohlene Herzfrequenzwerte zur Fettverbrennung und zur Aerobic an.

165	*155*	*145*	*140*	*130*	*125*	*115*	♡
145	*138*	*130*	*125*	*118*	*110*	*103*	♡
125	*120*	*115*	*110*	*105*	*95*	*90*	♥
20	*30*	*40*	*50*	*60*	*70*	*80*	

Um den richtigen Intensitätsgrad zu finden, suchen Sie Ihr Alter unten auf der Tabelle (das Alter wurde auf die nächste Dekade auf- oder abgerundet). Die drei Zahlen, die dann über Ihrem Alter liegen, geben Ihre "Trainingszone" an. Die niedrigste Zahl gibt an, wie hoch Ihr Puls sein muss, um Fett zu verbrennen. Die mittlere Zahl gibt Ihren Puls bei maximaler Fettverbrennung an. Und die höchste Zahl gibt Ihren Puls bei aerobem Training an.

Fettverbrennung—Um Fett effektiv zu verbrennen, muss man bei niedriger Intensität über einen längeren Zeitraum trainieren. Während der ersten paar Minuten eines Workouts verbrennt der Körper *Kohlehydrate*. Erst danach beginnt der Körper, gelagertes *Fett* zur Energiegewinnung freizumachen. Wenn Sie also Fett verbrennen wollen, müssen Sie mit einer Intensität trainieren, die Ihren Puls nahe der niedrigsten Zahl Ihrer Trainingszone hält. Zur optimalen Fettverbrennung soll Ihr Puls bei der mittleren Zahl Ihrer Trainingszone liegen.

Aerobes Training—Um das Herzkreislaufsystem zu stärken, muss man aerobes Training ausführen. Dieses fordert große Mengen von Sauerstoff über längere Zeiträume hinweg an. Um also aerobes Training durchzuführen, müssen Sie mit einer Intensität trainieren, die Ihren Puls nahe der höchsten Zahl Ihrer Trainingszone hält.

TRAININGSRICHTLINIEN

Aufwärmen—Beginnen Sie mit 5 bis 10 Minuten Dehnen und leichten Übungen. Das Aufwärmen erhöht die Körpertemperatur, den Puls und die Zirkulation zur Vorbereitung auf das Training.

Übungen innerhalb der Trainingszone—Trainieren Sie 20 bis 30 Minuten lang innerhalb Ihrer Trainingszone. (Während der ersten paar Wochen eines neuen Trainingsprogramms soll man den Puls nur etwas 20 Minuten lang in der Trainingszone halten.) Atmen Sie regelmäßig und tief. Halten Sie den Atem niemals an.

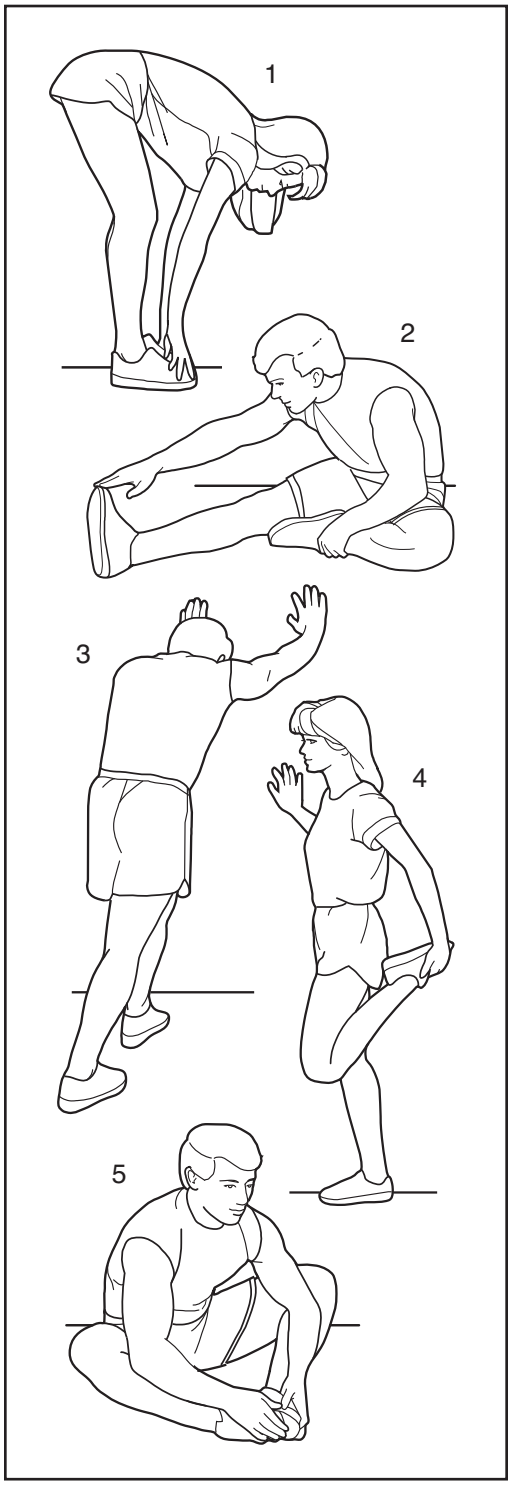
Abkühlen—Beenden Sie Ihr Workout mit 5 bis 10 Minuten Dehnen. Dehnen erhöht die Flexibilität der Muskeln und vermeidet Probleme, die nach einem Training auftreten können.

TRAININGSHÄUFIGKEIT

Um Ihre Kondition zu erhalten oder zu verbessern, sollten Sie dreimal pro Woche trainieren, wobei mindest ein Tag zwischen den Workouts liegen soll. Nach ein paar Monaten regelmäßigen Trainings kann man bis zu fünf Workouts pro Woche durchführen. Vergessen Sie nicht, dass der Schlüssel zum Erfolg darin liegt, Sport zum regelmäßigen und angenehmen Teil Ihres täglichen Lebens zu machen.

VORGESCHLAGENE DEHNÜBUNGEN

Die richtige Form für verschiedene einfache Dehnübungen wird rechts angegeben. Bewegen Sie sich beim Dehnen immmer langsam und wippen Sie dabei nicht.



1. Zehen berühren

Stellen Sie sich mit leicht gebeugten Knien hin und beugen Sie sich von den Hüften nach vorn. Lassen Sie den Rücken und die Schultern locker hängen und versuchen Sie, mit den Händen die Zehen zu erreichen. Verharren Sie in dieser Position während Sie auf 15 zählen. Gehen Sie dann in die Ausgangsposition zurück. 3 Mal wiederholen. Dehnt die hinteren Oberschenkelmuskeln, die Kniesehnen und den Rücken.

2. Dehnen des hinteren Oberschenkelmuskels

Setzen Sie sich nieder und strecken Sie ein Bein aus. Winkeln Sie das andere Bein an, sodass die Fußsohle den Innenschenkel des ausgestreckten Beins berührt. Beugen Sie sich jetzt nach vorne und versuchen Sie, die Zehen zu berühren. Verharren Sie in dieser Position während Sie auf 15 zählen. Gehen Sie dann in die Ausgangsposition zurück. 3 Mal pro Bein wiederholen. Dehnt die hinteren Oberschenkelmuskeln, den unteren Rücken und die Leistengegend.

3. Dehnen der Wade/Achillessehne

Stellen Sie sich mit einem Fuß vor dem anderen vor eine Wand und geben Sie Ihre Hände an die Wand. Das hintere Bein soll gestreckt bleiben und der hintere Fuß flach am Boden aufliegen. Beugen Sie das vordere Bein, lehnen Sie sich nach vorne und bewegen Sie die Hüften in Richtung Wand. Verharren Sie in dieser Position während Sie auf 15 zählen. Gehen Sie dann in die Ausgangsposition zurück. 3 Mal pro Bein wiederholen. Um die Achillessehne noch mehr zu dehnen, beugen Sie auch das hintere Bein. Dehnt Unterschenkel, Achillessehnen und Fußgelenke.

4. Dehnen des Oberschenkelmuskels

Zur Balance geben Sie eine Hand an eine Wand. Greifen Sie mit der anderen Hand nach hinten und fassen Sie damit Ihren Fuß. Ziehen Sie die Ferse des Fußes so weit wie möglich ans Gesäß heran. Verharren Sie in dieser Position während Sie auf 15 zählen. Gehen Sie dann in die Ausgangsposition zurück. 3 Mal pro Bein wiederholen. Dehnt Oberschenkelmuskeln und Hüftmuskeln.

5. Dehnen des Innenschenkels

Setzen Sie sich auf den Boden, wobei die Fußsohlen aneinandergelegt werden sollen und die Knie nach außen schauen. Ziehen Sie die Füße soweit wie möglich an sich heran. Verharren Sie in dieser Position während Sie auf 15 zählen. Gehen Sie dann in die Aus-gangsposition zurück. 3 Mal wiederholen. Dehnt Oberschenkelmuskeln und Hüftmuskeln.

ANMERKUNGEN

TEILELISTE—Modell-Nr. PFEVEL73008.0

R0908A

Bestell	Anzahl	Beschreibung
1	1	Rahmen
2	1	Pfosten
3	1	Computerklammer
4	1	Computer
5	1	Linke Pulsstange
6	2	Oberkörperbein
7	1	Spannungsrolle
8	1	Linker Oberkörperarm
9	1	Rechter Oberkörperarm
10	2	Schaumstoffgriff
11	2	Obere Kappe
12	1	Linker Pedal
13	1	Rechter Pedal
14	2	Pedalarm
15	2	Pedalklammer
16	1	Rechte Pulsstange
17	2	Pulsgriff
18	2	Äußeres Buchsenset
19	4	Pulsmesser
20	2	Außenarmabdeckung
21	2	M6 x 72mm Bolzen mit Ansatzschaft
22	2	Innenarmabdeckung
23	4	Pedalarmbuchsen-Set
24	1	Kurbelmontage
25	1	Kurbelarm
26	1	Linke Pedalscheibe
27	1	Rechte Pedalscheibe
28	2	Pulsstangenkappe
29	1	Abdeckung des linken, äußeren Beins
30	1	Abdeckung des rechten, äußeren Beins
31	1	Abdeckung des linken, inneren Beins
32	1	Abdeckung des rechten, inneren Beins
33	4	Buchse des Pedalarms
34	2	Pedalarmabdeckung
35	8	M6 Unterlegscheibe
36	2	Innenbuchsenset
37	2	Pulsdraht
38	2	Kurbellager
39	1	Kurbelabstandhalter
40	1	Kurbelarmabstandhalter
41	2	Magnet
42	1	Linke, vordere Schutzplatte
43	1	Rechte, vordere Schutzplatte
44	1	Linke Schutzplatte
45	1	Rechte Schutzplatte
46	1	Riemen
47	2	Füße
48	1	Linke Rahmenabdeckung
49	1	Rechte Rahmenabdeckung
50	2	Rad
51	1	Schwungrad
52	1	Leerlauf
53	1	C-Magnet
54	1	Widerstandsmotor
55	1	Steigungsmotor
56	1	Widerstandsarm
57	1	Klemme
58	1	Membranenschalter/-kabel
59	1	Magnetabstandhalter
60	1	Schlüssel
61	1	Quadratische Mutter
62	1	Flanschschraube
63	2	M10 x 41mm Ansatzschraube
64	1	Schwungrad-Bolzen
65	1	C-Magnet-Bolzen
66	1	Leerlaufbolzen
67	1	Schlüsselschraube
68	1	Kurbelarmschraube
69	4	Widerstandsmotorbolzen
70	4	Widerstandsmotormutter
71	4	Motorenklammer-Schraube
72	1	Riemeneinstellschraube
73	4	Kosmetische Linsenschraube
74	1	M10 Kontermutter
75	6	M10 x 70mm Linsenschraube
76	4	M6 x 36mm Linsenbolzen
77	6	M6 Kontermutter
78	10	M10 Federring
79	4	M10 x 20mm Linsenschraube
80	2	M6 x 16mm Schraube mit Nylon-Klemmteil
81	4	M8 x 16mm Linsenschraube
82	6	M8 Kontermutter
83	7	M6 Zahnscheibe
84	10	M4 x 16mm Halbrundschraube
85	2	Schwungrad-Abstandstück
86	1	Kabelbaum
87	1	M3 x 12mm Schraube
88	2	Wellenscheibe
89	6	M4 Scheibe
90	2	M8 x 19mm Schraube

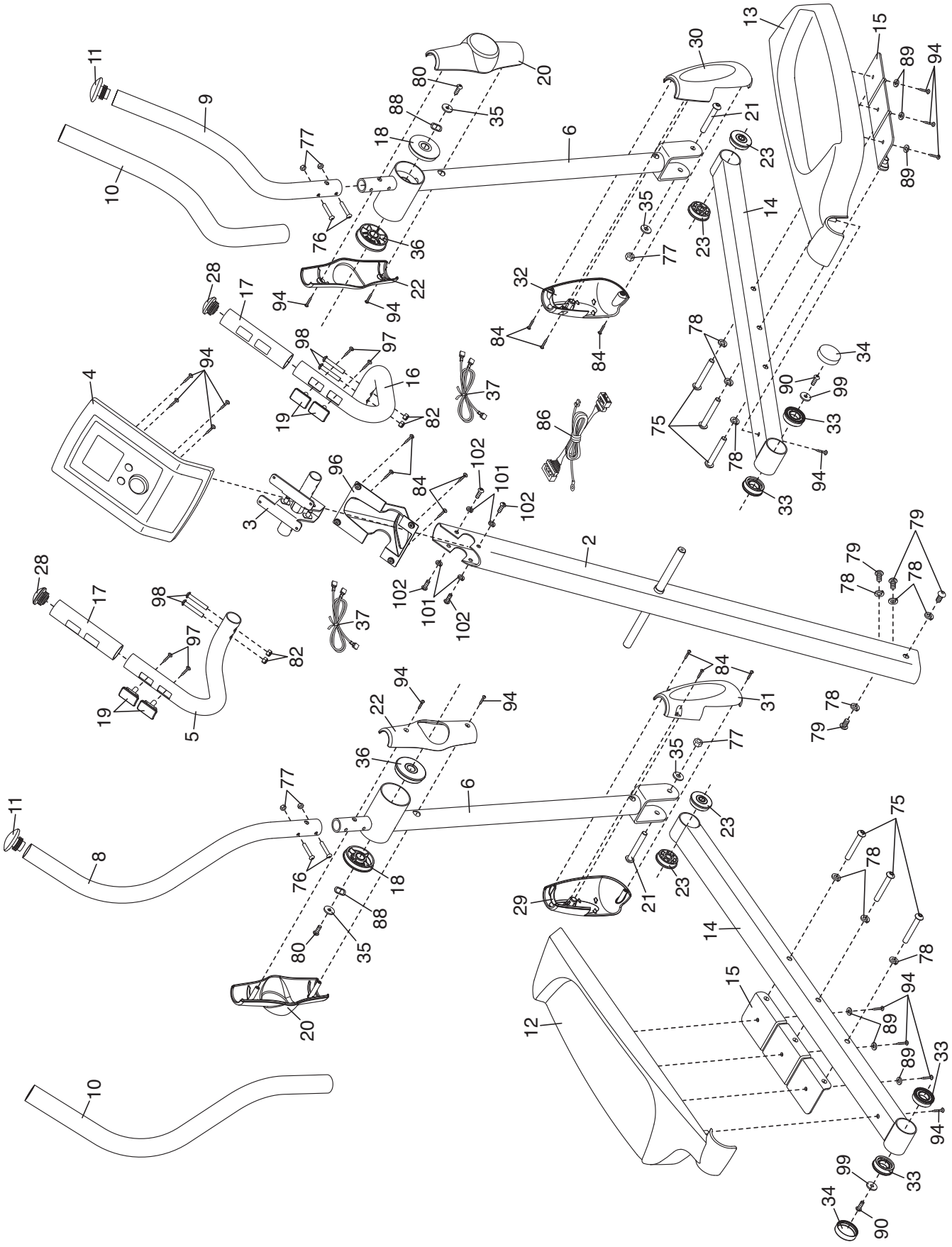
Bestell	Anzahl	Beschreibung
91	3	M4 x 48mm Schraube
92	14	M4 x 25mm Schraube
93	3	M4 x 35mm Schraube
94	21	M4 x 16mm Schraube
95	7	M5 x 12mm Schraube
96	1	Computerabdeckung
97	4	M4 x 20mm Schraube
98	4	M8 x 38mm Linsenbolzen

Bestell	Anzahl	Beschreibung
99	2	M8 Scheibe
100	1	Erdungsschraube
101	4	M6 Federring
102	4	M6 x 18mm Schraube mit Nylon-Klemmteil
*	–	Bedienungsanleitung
*	–	Montagewerkzeug
*	–	Schmierfett

Anmerkung: Änderungen vorbehalten. Veränderungen zu den Angaben sind dem Hersteller, ohne Benachrichtigung, vorbehalten. *Weist auf ein nicht-abgebildetes Teil hin.

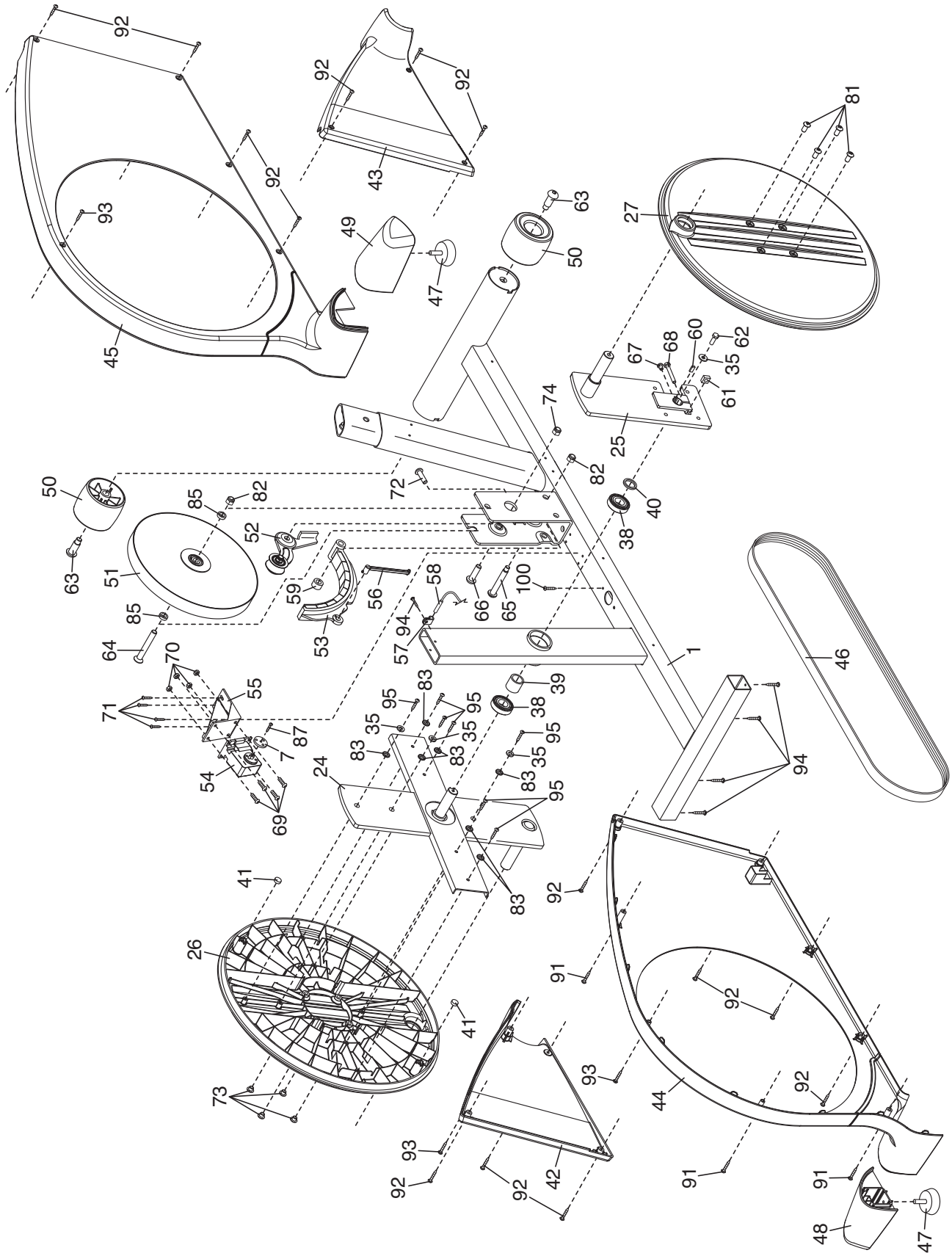
DETAILZEICHNUNG A—Modell-Nr. PFEVEL73008.0

R0908A



DETAILZEICHNUNG B—Modell-Nr. PFEVEL73008.0

R0908A



BESTELLUNG VON ERSATZTEILEN

Zur Bestellung von Ersatzteilen siehe die Vorderseite dieser Bedienungsanleitung. Damit wir Ihnen besser helfen können, halten Sie bitte die folgenden Informationen bereit, wenn Sie mit uns in Kontakt treten:

- die Modell-nummer und die Serien-nummer des Produktes (siehe Vorderseite dieser Bedienungsanleitung)
- den Namen des Produktes (siehe Vorderseite dieser Bedienungsanleitung)
- die Bestellnummer und die Beschreibung des/der Teile(s) (siehe TEILELISTE und DETAILZEICHNUNG am Ende dieser Bedienungsanleitung)

Bestell-Nr. 266050 R0908A

Gedruckt in China © 2008 ICON IP, Inc.